

第48号

中六福祉だより

令和2年12月15日発行 中六人部地区福祉推進協議会

新しい日常と共に

中六人部地区福祉推進協議会

会長 大槻

地区内の皆様方には、平素中六人部地区福祉推進協議会の活動につきまして格別のご支援ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、コロナ禍にあって地域の様々な行事を始め当福祉協議会にあって『福祉ふれあいひろば』等計画の諸行事の中止のやむなきに至っています。

その様な中に有りまして、この閉塞感を打破し地域の交流と健康・福祉の増進を少しでも諮る事が出来得ればとの思いから『福祉ふれあいひろばグラウンドゴルフ大会』を開催させていただいたところ、この趣旨を御理解頂き40名を超える皆様のご参加を得て晴天の中、盛会に終わることができました。

ご多用の中、ご参加いただきました皆様・大会運営を支えて頂きました中六人部グラウンドゴルフ同好会の皆様に改めて厚くお礼申し上げます。

また終息が見えないコロナ禍にあって新しい日常と向き合って地域の暮らしを前に進めるとともに、地区内を超えた取り組みとしてコロナ感染対応にご苦勞をされている介護現場等の安心に少しでも寄与できればと介護現場でご利用頂く簡易防護衣の製作を当「中六人部地区福祉推進協議会」と「中六人部地域づくり協議会」が地区内の皆様方のお力を得て共に取り組むことになりました。

つきましては、皆様方の格別のお力添えを頂きます様、宜しくお願いします。

後になりましたが、コロナ禍の新しい日常と生活様式の変化に伴い工夫を重ねながら、地域の福祉力の向上に向けた取り組みを更に進めてまいりたく存じますので皆様のかかわりご支援をお願いします。

中六福祉だよりに寄せて

社会福祉法人「空心福祉会」

高齢者複合福祉施設 晴風

施設長 井上

中六人部地区に「高齢者複合福祉施設晴風」を開設させて頂き、はや14年という月日が経過いたしました。地域の皆様には本当に暖かいご支援・協力を賜り心より感謝申し上げます。

此のたびは地域との繋がり、絆をテーマとして頂きました。私たちはこれまで主に中六人部地区敬老会での演芸出演や中六フェスタでの屋台出店等の参加をさせて頂きました。

お声をかけて頂いたことで職員一同地域の皆様との繋がりを持たせて頂く機会となり、今では施設の恒例行事にもなっております。

社会福祉法人と地域との繋がり的重要性が問われる中、私達に何ができるのかを考える必要があります。これまで同様の交流を含め、中六人部地域づくり協議会の目的にもごさいます「自助・共助の地域づくり」が基本理念であることを念頭に中六人部地区には晴風という施設が当たり前の様に存在し、地域資源の一部であり、地域の方がいつもここに散歩であったり、世間話しをする場であったりと皆さんの憩いの居場所として活用できるそんな施設になることが私たちの夢であり希望であります。

地域住民の皆様とどんなときも助け合い、ご近所として気軽にお付き合いできる関係性の構築がまず目指すところではあります。しかしながら、新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっており、現状としては外部の方の来訪に制限を持たせて頂いている状況でございます。この状況がいつ収束を迎えるのか見えてこない中、思うように実行できないのもまた現状でございます。地域の会議やイベントも中止となり、また不安が募るこんな時こそ・・・何か助け合えることがあればと思います。

中六人部という素晴らしい環境の一部である晴風が地域住民の皆様と今後どのように絆を深めていくのか、共助しながら時には楽しみを持って協議を重ねさせて頂けたらと思います。今後とも宜しくお願い申し上げます。

中六人部地域 × FIELDS THE BASE × 福祉

FIELDS THE BASE (フィールズ ザ ベース) は旧中六人部小学校を活用させて頂き、いちご栽培や廃校を利用して頂くイベント運営を主としたチームの母体は福知山市篠尾新町の「井上株式会社」という企業であり、電気に関する商売を現在もさせて頂いております。

我々は10/10に旧中六人部小学校を活用した施設「The 610BASE (以下ムトベ

ース)」をオープンし、月1～2回、食や農業を通じたイベントを企画・運営しております。F I E L D S THE B A S Eの思いの一つに「農業を通じてたくさんの笑顔をつくりたい」という言葉がございます。たくさんの笑顔という言葉は特定の人を指すわけではなく、様々な方に来て頂き楽しんで頂きたいという思いが込められています。

その思いの元、高齢者の方や御身体に障害をお持ちの方にも楽しんで頂きたいという事を考え運営しております。

その中でも御身体に不自由な方にも自然豊かな場所でいちごの収穫を楽しんで頂き、とれたてのいちごを食べて楽しんで頂きたいという思いがございます。

ムトベースのいちご栽培をしているビニールハウスでは高設栽培(成人男性の腰高より少し上くらいの高さにイチゴの実がなる栽培方法)を採用しており、各いちご栽培レーンの幅も車椅子が通れる設計になっております。そうする事により、今までの露地栽培の場所ではいちごの収穫体験がし辛かった方にも楽しんで頂ければと考えております。F I E L D S T H E B S Eはまだまだ発足したばかりの未熟なチームですが、農業や事業を通じて沢山のひとのご縁を頂き楽しさを共有できるような地域や社会福祉に優しいチームを目指しています。



第48号の中六福祉だより「各地域の声」の紹介です

今回は、田野山田地区・島田地区です。

「雑 感」

田野山田区一住民

今年は、新型コロナウイルスが全国に、又世界中に蔓延し、何かと不自由な生活を余儀なく強いられています。

私は、田野山田に帰郷して約20年、実家の生活も又いいなと思っているところです。
帰郷して以来、中六人部では

- 特別養護施設「六人部晴風」の開設
- スーパーセンター プラントのオープン
- 中六バスの継続運行

等、地域の活性化のため、各事業が推進されてまいっております。

私は、中六人部小学校を卒業して傘寿を迎え、過日同窓会の祝宴を催したところ、17人の出席者で大いに盛りあがりました。

その懇談の中で1人から「宗ちゃん、京都に40年も住んどって、この山奥によろ帰ってきたなあ」との話が巡ってきました。

私自身は、何の抵抗もなく、これまで生活してまいりましたが、この質問には何と答えたらいいのか、思案してしまいました。

田野山田は、又、上下2車線の道路のセンターラインが引かれ、又、積雪時には、除雪運行して頂き、又、市民検診には、市のレントゲン車を区の公民館前まで出向いて戴き、対応して戴いております。

エッセイストの西沢信雄さんが1998年に「田舎に住むこと」というエッセイ、を著しておられますが、それによりますと、

- 田舎に住みたいという人の多くは、豊かな自然や住む環境を楽しもうとするが、これらは、みんな田舎の人達が時間をかけて築いてきたもの
- 若い頃からの地域の人とのさまざまなつながりがあり、老いたとき、みんながささえあって生活できる住環境社会であること
- 自分は、地域に何を齎すことができるか、なにを還元するかを考えて、田舎暮らしをしよう、と言った提案がされていましたが、まさに田舎での日常生活の基本だと思います。

中六は、小学校は閉校し、その運動場もなくなりましたが、皆様の力でふれあいサロンや中六ミライトサロン・中六グラウンドゴルフ等々、中六の方々が集い、楽しく、勉強したり、運動したりと言った場を通じて、私もこれからの人生を楽しく過ごしてまいりたいと思います。

幸 せ

田野山田区 区民

4月から45年間の仕事を辞め自由の時間を満喫しています。

スーパーで買い物をしていると知り合いに出会いお喋り、時間を気にせず話している。あっ！スーパーには夜と同じようにお客様居るのに、今日も平日だ。時間を気にせず話せる幸せ！自由を感じた。

4月から始まる福知山市の講座 ヨガ、ラーちゃん、おもしろ文字、お味噌作り、沢山の講座に申し込んだ。やる気満々の私が居る。色々なところで知らない人に出逢い、また懐かし

い人に出会い忘れていた昔が蘇ってくる。楽しい。

でも、この楽しいの後ろには毎日私を支えてくれている人達が多くいる事も本当で、感謝している。

今、92歳の母と実家暮らしです。週5日実家、2日間は妹が泊まってくれている。そう2日しか家に帰らないのです。

実は、平日毎日1時間は沢山のヘルパーさんにお世話になりながら、私は楽しんでいます。今や家族同然、いえ家族以上に良くしていただく。ヘルパーさんなしでは肉体的にも精神的にも毎日がおれないだろう。本当に感謝している。

2日しか家に帰らない？ ご主人は？

そうなのです。母は92歳 仕方がないと言ってくれる主人に甘え、主人はほったらかしなのです。可哀想に！ラーメン一つ作れなかった主人が今やなんでもござれ！素晴らしい！私よりも丁寧に美味しく作れます。近所の人には「食べんなんから仕方がない」と苦笑い。有り難い。台所に立ち、お酒を飲みながら、自分で作ったものを満足げに食べているのでしよう。私が居なくても1人で生きていける事間違い無しです。放ったらかしできる事。優しい主人にも感謝しています。

コロナで出逢えなかった孫も9月、10月と帰って来てくれました。

大阪の真ん中にある娘婿は、中六の空は星がいっぱい、静かだ、風が気持ち良い！とウッドデッキで大の字で寝ていました。孫も、袋一杯の栗拾いに おおはしゃぎです。

今一番落ち着くのは、草を取り小さな庭を整え、秋の草花を入れながめる。

心地よい風を感じ、土をいじりが癒しの時間です。

我が道を行くわがままな私、いつ死んでも大丈夫 今生きています。そして 母のように長生きできるなら まだまだ 沢山の人に出会い、沢山の事を学びいつまでも笑いの中でワクワクしていたいと思います。

穏やかに機嫌よく生きるために

島田一区民

人生100年時代の超高齢化社会の今、ゴールデンエイジと言われる70代となったが、黄金世代と言うよりも、老後の3K（健康・経済・孤独）の不安を抱える高齢者の一人である。特に健康問題が大きい。平均寿命は80歳代となり、年々伸びていく傾向にあるが、反面、健康寿命はと言うと、男で72歳である。

70代は老いの問題と上手く付き合っていく年代だと思われる。

そのためには、あくせくせずにのんびりゆっくり生活したい気持ちが強いが、これがなかなか難しい。のんびりと一日中ゴロゴロしていると、怠惰な生活態度になってしまいかねないことになってしまう。

そして、加齢とともに体力は衰えて行き、記憶力も衰えて、高齢者＝社会的に終わった人として、年寄り扱いされるようになってしまう。

だから、元気な限り働いて、オシャレをして、人の役に立つ生き方をしたほうが、人生はずっと楽しいと思われる。

そのためにも、どう働くか、時間をどう使うか、お金をどう使うかなどについて自分で決める、具体的に決断していくことが必要となる。

しかしながら、自己責任で決めたとはいえ、穏やかに機嫌よく生きるためには難しい事が多々ある。人間関係の煩わしさ然り、好かれる年寄りになるための心がけ然り、ストレスを溜めないようにするための気持ちの在り方然り。そんな中でも、高齢者だの老人だののイメージに縛られることなく、自分らしく自由に生きることが望ましいことだと考えるが、それには、年をとるほど謙虚であるべきことが老後生きる術と心得つつ、これからの日々を生きて行きたいと願っている。

不法投棄に思う

島田一区民

先日ニュースで不法投棄について報じていた。場所は、世界文化遺産である京都の仁和寺裏山の三室八十八ヶ所霊場であるが、観光地であるが、普段は閑静な所で、夜は人通りもほとんどないところである。以前から不法投棄物が多くあったようであるが、最近ではコロナの影響で自粛生活が長引き、家庭内の不要物を整理し廃棄したと思われる物品が多いとのことである。廃棄費用も数百万ほどかかるとのことだが、所構わず捨てる行為は本当に嘆かわしい事である。

これは氷山の一角で、全国至る所で見られる光景であり、この地域でも他人ごとでない。以前は人里離れた山間道路付近での不法投棄が多かったが、ここ数年は、人里近くの河川敷・路上にも多く散見される。テレビ等電化製品・カン・瓶・ペットボトル・プラスチック製品……。中には食べ残しの弁当、全くひどいものである。

世の中は、人と人との関係性によって成り立っているのですから、自分にとって都合のよい、独り善がりの判断で捨てているとすれば、余りにも身勝手な考え方です。猛省してもらいたい。

お釈迦さんも「少欲知足」（欲を少なくして、足るを知りなさい）と述べられています。豊かになればなるほど食欲になり、その欲を満たすことが生きがいになって、手にしたものの価値を感じ取る能力が薄れて、使い捨て化に繋がっている。欲張らず、モノを大事にし、使うことが大切ではないかと考えます。

公德心という言葉はほとんど聞かなくなりました。そのせいか公德心が欠如した人が多くなったように思う。学校でも、個人の権利・自由は当然ですが、社会の一員としての自覚・責任・義務について教え育ててほしい。子供の将来に期待！

中六いきいきサロンの紹介コーナー

いきいきサロン[しもじ茶屋]の紹介します

月1回のお楽しみ 『しもじ茶屋』

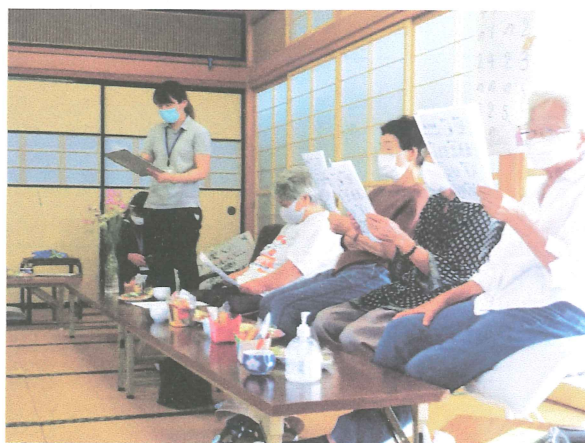
前民生児童委員（下地・中地担当）中澤

下地公民館で毎月第3火曜日に「しもじ茶屋」を開いています。今年で12年目を迎えました。ひとり暮らしや昼間は一人で外出の機会の限られている高齢者の方が、気軽に集まりお話しのできる交流の場となっております。活動内容など別表のとおりですが、「介護予防教室」や「交通安全教室」等身近な問題に焦点を当てた内容で開催しています。毎回、指の運動やラジオ体操、ボケ防止の替え歌や唱歌の斉唱で締めくくっています。

ボランティアのお話しでは、「発足当初、何か皆さんが喜んでもらえるようなことをしなければと意気込んでいたが、のんびりお話ししていただく時間も必要と何か催し事がある時も所要時間の半分程度で終わるようにしています。”細く長く”をモットーに利用者さんの気持ちに寄り添いながら運営しています。」とのことでした。



2019/12/17 紙芝居を楽しむ



2020/9/15 社会福祉協議会出前講座

別表：活動状況表

年	月日	行事	備考
2019	4.16	プランター花植え	プランターに花植え、会食。今回から会費を200円⇒300円に。
	5.21	談話	柏餅で接待
	6.22	「みやこ一座」公演	しもじ茶屋10周年記念。お芝居と歌で楽しんでいただく。
	7.16	介護予防教室	地域包括支援センターから講師、口腔ケア・栄養の話題
	8.20	交通安全教室	交通事故防止の「まみむめも」
			ま=まつ み=みる む=無理しない め=目立つ も=もしかして
	9.17	中六フェスティバル作品作り	作品作りで工作
	10.15	歯のお話	保健福祉センターから
	11.19	談話・カラオケ	
	12.17	クリスマス・忘年会	会食、紙芝居（明智光秀、獺の仕返し等）、クリスマスプレゼント
2020	1.21	新年を迎えて	ぜんざいで接待
	2.18	ひな祭り	甘酒で接待
			新型コロナウイルス対策として、3月～6月は休止した。
	7.21	5か月ぶりに再会	6月20日、再開に向け「感染予防対策」について話し合い 感染予防対策として、マスク、検温、消毒、手洗い、換気を実施。 六人部民児協からサロン用看板ボード。土田正博氏、土田繁敏氏参加 綾取りをして楽しむ。スイカで接待
	8.18	健康体操	
	9.15	出前講座	出前講座：福知山市社会福祉協議会 (認知症予防の頭の体操、いきいき筋トレ、嚥下体操)
	10.20	健康体操	

幸せばなし 遺言ばなし

一般社団法人公益相続支援センター京滋

川嶋

10月に福知山市社会福祉協議会主催「おいじたくカレッジ」でセミナー講師を務めさせていただきました、一般社団法人公益相続支援センター京滋の川嶋 です。

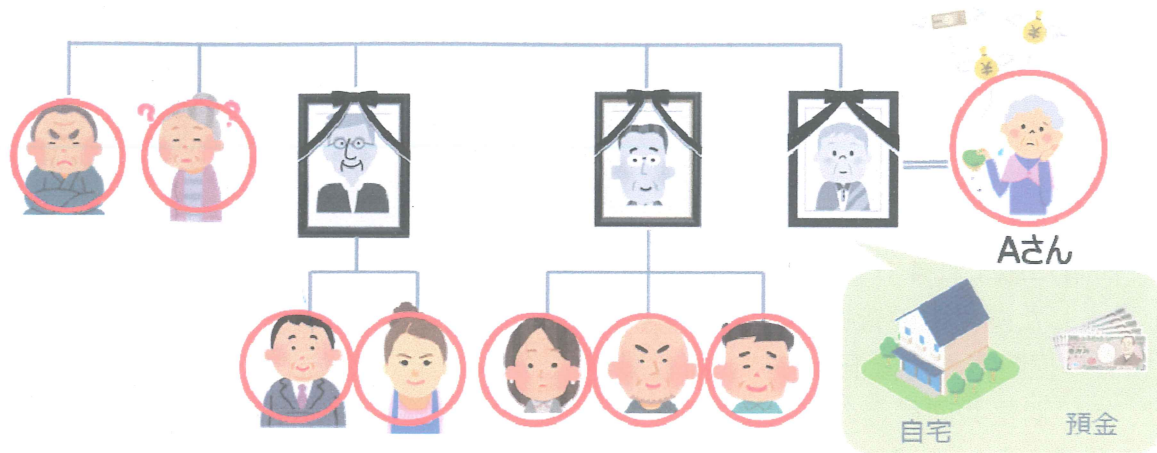
今回は「**遺言書**」の大切さをお話させていただきます。「遺言書」と聞くと、みなさん「うちの子らは仲がいいから大丈夫」、「うちは大した財産がないから…」、「そのうち考えるから」等々、こういうことを口にする方々がほとんどです。しかし！その遺言書が無かったがために揉め事や、手続きが遅れる等々、色々なトラブルになることがあります。

トラブルにしないための秘訣は、財産を残す立場の人が家族に対し、「誰に何を残したいのか」といった想いをきちんと伝えることとなります。遺言書には、法的な拘束力があります。自分の財産を、渡したい、引継いでほしい人を自由に決められます。もちろん相続人以外の人に財産を渡すこともできます。

遺言書が無い場合、どういうトラブルになるのでしょうか？それは財産の多い少ないとは関係がなく、「**家族構成**」に原因があることが多いです。その中でも特にトラブルが発生しているのが「**子供がいない夫婦**」です。我々が今までの経験から、下の図の家族構成の方に

は「絶対に遺言書が必要です!」とお伝えしています。

それはなぜか?イメージしやすいようにここで事例をご紹介します。



➡主人公はご主人を亡くされた奥さんの A さんです。ご主人が亡くなられた後、ご主人名義の銀行口座から生活費を出金しようと思って銀行へ行ったら、お金を引き出すことができませんでした。

A さんは、ご主人が亡くなった後、ご主人の財産を受け継ぐ相続人は自分だけだと思っていました。ところが、A さんのご主人の相続においては、相続人は妻の A さんだけではなく、図の○が付いている、ご主人の兄弟姉妹、甥姪も相続人になります。亡くなった方の財産は、相続人全員で話し合いをし、どのように分けるか決めた上で、全員がハンコ（実印）を押さないと、手続きが進みません。さらに相続財産の分け方は相続人の多数決ではなく、全員一致でなければなりません。一人でも反対する人がいると、分割協議はいつまでも決まらず、相続の手続きが遅れることとなります。相続人の中には疎遠になって「もう10年以上も連絡とってないから連絡先がわからない…」と言う方もおられます。連絡を取るだけでも一苦労の場合もあります。A さんは結局、相続人全員と話し合いをして、ご主人名義の銀行口座からお金を引き出すのに、1年を費やすこととなってしまいました。遺言書が無かったために、時間と労力をも費やしました。

A さんの場合、もしご主人が、「妻の A にすべての財産を相続させる」と遺言書を書いていけば、相続人全員の話し合いやハンコは必要なく、スムーズに財産の引継ぎができたのです。この例は相続がトラブルになる一例です。他にもトラブルになるケースは多くあります。

弊社では、数多くの無料セミナーや無料相談会を開催させていただいています。少しでも、皆様の不安や疑問の解消につながればという気持ちで臨んでおります。また、初回のご相談についても無料で対応しています。無料相談で解決できることも多くあります。気持ちはあっても何から始めたら良いかわからないと悩まれている皆様に、今すべきことをひとつずつ丁寧にお伝えします。ご相談お待ちしております。

『一般社団法人公益相続支援センター』 連絡先 : 075-256-8125 0120-885-8080

◎ コロナ禍でのふれあい広場グラウンドゴルフ大会開催報告

コロナ禍にあつて、当福祉推進協議会の令和2年度に予定をしていました諸行事が中断を余儀なくされ、苦慮していたところ中六グラウンドゴルフ同好会の会長 山内 様より「室内だけがふれあい広場とは違う、屋外でもふれあいの絆は活かせる。」そして「屋外の方が、最適だ！」また、「同好会の用具利用も含めて全面的に協力させて頂く。」とのご提案いただき、ふれあい広場グラウンドゴルフ大会の開催にこぎつけた次第です。

当日は、快晴に恵まれ40名を超える参加者を得て、盛会時に開催することが出来ました。ご協力を得ました関係者の皆様にあらためて感謝申し上げます。

併せて、大会の横断幕も急遽洞楽寺の星野住職様に、御無理申して上げて書いて頂きました。当大会は、赤い羽根共同募金の助成金を頂いて開催したこともあり、福知山市社会福祉協議会様も関心を持たれ、地域の連携（全員が一丸となった姿）等に感動され「素晴らしい大会であった」との評価をいただきました。

次年度も、同大会を計画してまいります。よろしく申し上げます。

中六福祉グラウンドゴルフ大会の成績 （令和2年11月1日実施）

（参加者 42名）



◎ コロナ禍においてコロナ感染予防用の防護衣作成の取り組み

福祉協議会と中六ミライトとで今回、福祉施設の方々に、少しでも提供し使って頂けたらとの想いで今回ボランティアを募って活動することにいたしました。
活動予定は、下記の通りです。

○ コロナ禍の感染防護衣作成

場所 中六ふれあいセンター

日時 令和2年12月10日と17日

いずれも午後13時30分より15時まで

多くのボランティアに参加して頂けたら嬉しく思います。



編集後記

今年1年、新型コロナウイルスが世界中に猛威を振るい感染者は6千万人を超へ未だ先行きも見えず、私たちの暮らしや生活様式を一変させてしまいました。一日も早い収束を願うところです。

地域も閉塞感に包まれ様々な行事が中断や中止に追い込まれました。

当中六人部福祉推進協議会にあっても「福祉ふれあいひろば」を始め当初計画をしておりました「地域を繋ぐ」様々な行事が中止を余儀なくされました。痛恨の極みです。

このような中であって、この閉塞感を打破し新しい日常をまた、地域の交流と健康・福祉の増進を少しでも前に進めたいとの思いから「福祉ふれあいひろばグラウンドゴルフ大会」をコロナ禍工夫を重ね開催させて頂いたところ多くの皆様のご参加を得て盛会に開催することが出来ました。ご協力を頂きました関係者の皆様に改めて厚くお礼申し上げます。

また、コロナ感染拡大が危惧される中、ご苦勞されている介護現場の安全に寄与すべく簡易防護衣の作成を地域づくり協議会と共に呼びかけたところ早々に各区のサロンを始め有志の方々が名乗り出て頂きました。真に有難く力付けられる限りです。

今後も皆様方から頂きましたお力添えを糧に地域の福祉力の向上に努めてまいりたく存じます。

皆様方には、年末年始何かとお忙しい日々が続きますが、くれぐれも体調にお気をつけてお過ごし下さい。

後になりましたが、ふくしだより発行に際しまして、原稿等ご寄稿賜りました皆様、ありがとうございました。

ここに、「ふくしだより48号」をお届けします。

(福祉だより編集委員一同)

令和 2年12月15日

発行責任者 : 大槻

編集責任者 : 土田

編 集 : 民生児童委員

印刷所 : 〒620-0035 福知山市字内記72番地の1

(株) 報国堂

TEL : 0773-22-2883